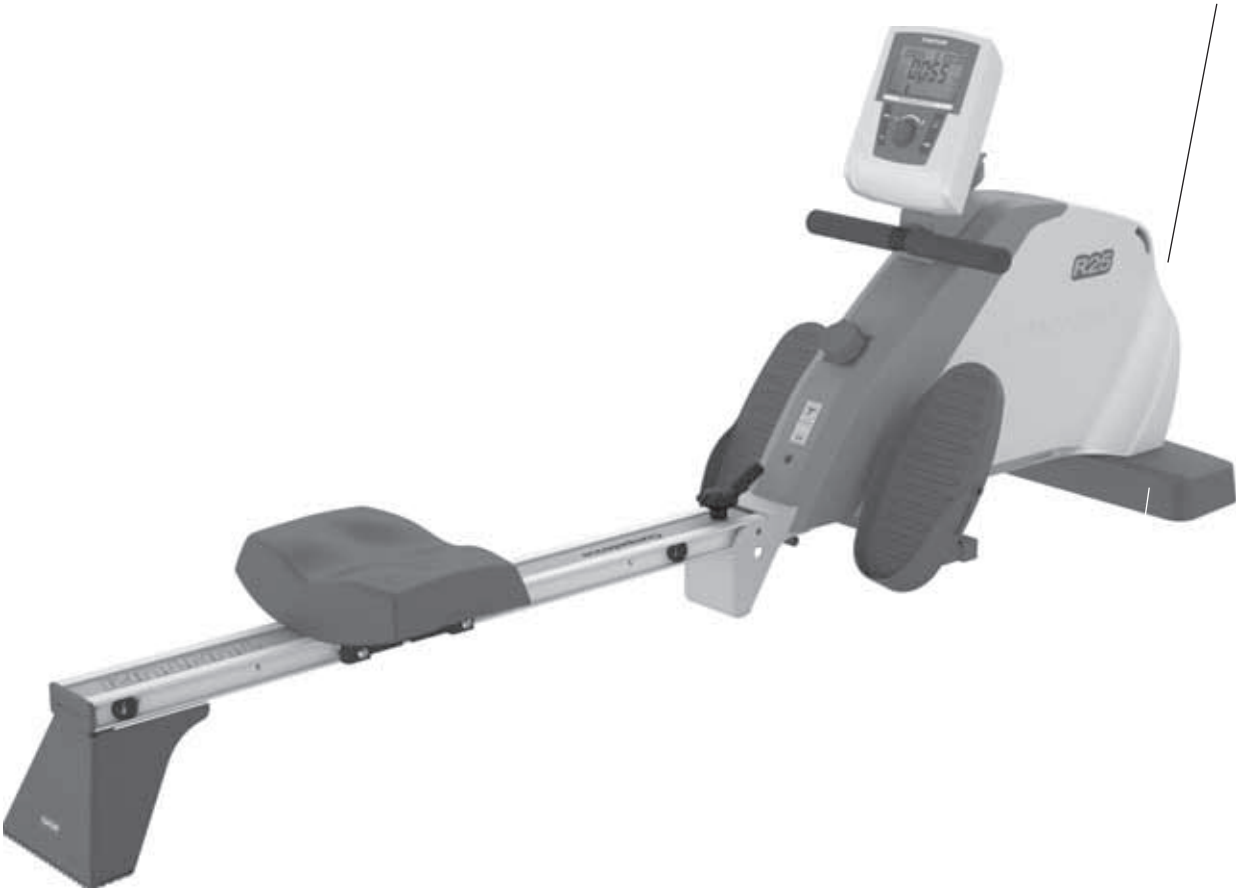
TUNTURI®

From the **Heart**

R25

OWNER'S MANUAL	2 - 5
BETRIEBSANLEITUNG	6 - 10
MODE D'EMPLOI	11 - 15
HANDLEIDING	16 - 20
MANUALE D'USO	21 - 24
MANUAL DEL USUARIO	25 - 29
BRUKSANVISNING	30 - 33
KÄYTTÖOHJE	34 - 37

Serial number
Seriennummer
Numero de serie
Serienummer
Numero di serie
Nòmero de serie
Seriennummer
Sarjanumero



www.tunturi.com

O W N E R ' S M A N U A L

DEUTSCH

INHALT

TRAINIEREN	7
BETRIEB	7
COCKPITI	8
WARTUNG	9
BETRIEBSSTÖRUNGEN	9
TRANSPORT UND LAGERUNG	9
TECHNISCHE DATEN	10

HERZLICH WILLKOMMEN IN DER WELT DES TRAINIERENS MIT TUNTURI!
Durch Ihren Kauf haben Sie bewiesen, dass Ihnen Ihre Gesundheit und Ihre Kondition viel wert sind; auch haben Sie gezeigt, dass Sie Qualität zu schätzen wissen. Mit einem Tunturi-Fitnessgerät haben Sie sich für ein hochwertiges, sicheres und motivierendes Produkt als Trainingspartner entschieden. Welches Ziel Sie auch immer mit Ihrem Training verfolgen, wir sind sicher, dass Sie es mit diesem Fitnessgerät erreichen. Hinweise zu Ihrem Trainingsgerät und zum effektiven Training damit finden Sie auf der Internetseite von Tunturi WWW.ACCELLFITNESS.COM.

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

Dieses Handbuch ist ein wesentlicher Bestandteil Ihrer Trainingsausrüstung. Lesen Sie dieses Handbuch bitte sorgfältig durch, bevor Sie Ihr Trainingsgerät montieren, mit ihm trainieren oder es warten. Bitte bewahren Sie dieses Handbuch; es wird Sie jetzt und zukünftig darüber informieren, wie Sie Ihr Gerät benutzen und warten. Befolgen Sie diese Anweisungen immer sorgfältig.

• Vor Beginn eines Trainingsprogrammes einen Arzt konsultieren.
• Bei Übelkeit, Schwindelgefühl oder anderen anomalen Symptomen sollte das Training sofort abgebrochen und unverzüglich ein Arzt aufgesucht werden.
• Dieses Gerät hat ein geschwindig-keitsabhängiges Bremssystem, d.h. je schneller Sie trainieren, desto höher ist die Belastung.
• Aufgrund des natürlichen Spieltriebes und der Experimentierfreudigkeit der Kinder können Situationen und Verhaltensweisen entstehen, für die das Trainingsgerät weder gebaut noch abgesichert ist und die eine Verantwortung seitens des Herstellers ausschliessen. Wenn Sie dennoch Kinder an das Trainingsgerät lassen, müssen Sie deshalb deren geistige und körperliche Entwicklung und vor allem deren Temperament berücksichtigen, sie gegebenenfalls beaufsichtigen und sie vor allem auf die richtige Benutzung des Gerätes hinweisen.
• Vergewissern Sie sich, dass während des Trainings oder beim Bewegen des Geräts kein Haustier in der Nähe ist.
• Bitte beachten Sie beim Aufstellen des Gerätes, dass in jede Richtung wenigstens 100 cm Freiraum vorhanden ist.
• Das Gerät sollte grundsätzlich nur von einer Person benutzt werden.
• Das Gerät daft nur in Innenräumen benutzt werden.
• Das Gerät auf möglichst ebenen Untergrund stellen.
• Stützen Sie sich nie gegen das Benutzerinterface ab!
• Bedienen Sie die Tasten mit der Fingerkuppe. Ein Fingernagel kann die Membrane der Tasten beschädigen.
• Das Gerät nie ohne die Abdeckungen benutzen.
• Dieses Gerät ist nicht für den Einsatz in Feuchträumen (Sauna, Schwimmbad) vorgesehen.
• Beim Training muss die Umgebungstemperatur zwischen +10°C und +35°C liegen. Zur Aufbewahrung kann das Gerät bei Temperaturen zwischen -15°C und +40°C gelagert werden. Die Luftfeuchtigkeit darf nie 90 % überschreiten.
• Vor Beginn des Trainings sicherstellen, dass das Gerät völlig intakt ist. Auf keinen Fall mit einem fehlerhaften Gerät trainieren.
• Zum Auf-und Absteigen am Lenker abstützen. Nicht auf das Gehäuse treten.
• Zur Benutzung des Gerätes stets angemessene Kleidung und Schuhwerk tragen.
• Nie die Hände in die Nähe von beweglichen Teilen bringen.
• Zur Vermeidung von Muskelkater Auf- und Abwärmtraining nicht vergessen.
• Keine anderen als die in dieser Betriebsanleitung beschriebenen Wartungsmassnahmen und Einstellungen vornehmen. Die angegebenen Wartungsanweisungen sind einzuhalten.
• Das Gerät darf nicht von Personen benutzt werden, deren Gewicht über 135 kg liegt.
• Nähere Informationen zur Garantie auf Ihr Fitnessgerät finden Sie im dem Gerät beiliegenden Garantieheft. Sowohl Tunturi, als auch seine nationalen Vertretungen übernehmen keine Haftung für Verletzungen oder Geräteschäden, die sich bei Dauereinsatz in gewerblichen Fitnesscentern, Sportvereinen und vergleichbaren Einrichtungen ergeben. Für Schäden, die durch Missachtung der beschriebenen Einstellungs- und Wartungsanweisungen entstehen, besteht kein Garantie-Anspruch!

Hinweis zum Zusammenbau des Geräts
Packen Sie das Gerät zunächst aus. Eine detaillierte Montageanleitung finden Sie im hinteren Teil dieses Handbuchs. Folgen Sie der Anleitung in der vorgegebenen Reihenfolge.

Kontrollieren Sie vor dem Zusammenbau zunächst den Lieferumfang. Wenden Sie sich bei fehlenden Teilen an Ihren Händler, und nennen Sie ihm die Typenbezeichnung und Seriennummer des Geräts sowie die Ersatzteilnummer des fehlenden Teils. Eine Ersatzteilliste finden Sie im hinteren Teil dieses Handbuchs. Die Hardware-Komponenten sind in der Ersatzteilliste mit einem Sternchen (*) gekennzeichnet. Die Richtungsangaben links, rechts, vorn und hinten gehen von der Trainingsposition aus. Verwahren Sie die Montagewerkzeuge, um sie bei Bedarf zur Hand zu haben (zum Beispiel zum Verstellen des Geräts). Es sei darauf hingewiesen, dass für den Zusammenbau des Geräts eine zweite Person benötigt wird.

Die Verpackung enthält eine Tüte mit Silikat, das die Feuchtigkeit während der Lagerung und des Transports aufnimmt. Bitte entsorgen Sie diese Tüte, wenn Sie das Gerät ausgepackt haben. Sorgen Sie rund um das Gerät für einen Freiraum von mindestens 100 cm. Außerdem wird empfohlen, das Paket auf einer Schutzmatte zu öffnen und das Produkt dort zusammenzubauen.

Setzen Sie nach dem Zusammenbauen des Geräts die Batterien von hinten in die Konsole ein.

TRAINIEREN

Rudern ist eine wirkungsvolle Form des Fitnesstrainings. Es fördert den Blutkreislauf und wirkt sich positiv auf alle großen Muskelgruppen aus: Rücken-, Bauch-, Hand-, Schulter-, Hüft- und Beinmuskulatur. Rudern trainiert den Bewegungsapparat ohne Überbeanspruchung der Gelenke.

Rudern ist eine ausgezeichnete aerobe Trainingsform, d.h. das Training ist zwar leicht, erfordert aber eine lange Trainingsdauer. Das aerobe Training basiert auf einer Verbesserung der max. Sauerstoffaufnahmefähigkeit, was zu einer Verbesserung von Kondition und Ausdauer führt. Die Fähigkeit des Körpers, Fett zu verbrennen, hängt direkt von der Fähigkeit des Körpers ab, Sauerstoff zu transportieren.

Rudern ist auch eine angenehme Trainingsform. Man muss zwar ins Schwitzen, aber nicht ausser Atem kommen. Das Training sollte aus mindestens drei 30-minütigen Einheiten pro Woche bestehen. So wird eine Grundkondition erreicht. Die Aufrechterhaltung der Kondition setzt zirka zwei Trainingssätze pro Woche voraus. Ist die Grundkondition erreicht, kann diese leicht durch Erhöhen der Trainingsfrequenz verbessert werden.

Eine hohe Belastung und kurze Übungsintervalle eignen sich zur Entwicklung der Maximalkraft und Aufbau der Muskelmasse, leichtere Belastung und längere Übungsintervalle zum Straffen der Muskeln und Entwicklung der Muskelkraft.

Körperliche Betätigung ist ein wichtiges Hilfsmittel zur Reduzierung des Körpergewichtes, denn Training ist das einzige Mittel, den Energieverbrauch des Körpers zu erhöhen. Dabei ist es neben einer kalorienarmen Diät wichtig, regelmässig zu trainieren. Die tägliche Trainingszeit sollte am Anfang 30 Minuten entweder auf einmal oder in kleineren Intervallen betragen und sollte langsam auf 60 Minuten erhöht werden. Lassen Sie das Training mit geringem Zugwiderstand beginnen. Ermitteln Sie zuerst Ihre maximale Herzfrequenz. Wenn Sie diese nicht kennen, orientieren Sie sich bitte an der nachfolgenden Formel:

220 – ALTER

Das Maximum unterscheidet sich von Mensch zu Mensch. Die maximale Herzfrequenz verringert sich pro Jahr durchschnittlich um einen Punkt. Wenn Sie zu einer der bereits genannten Risikogruppen zählen, bitten Sie den Arzt, Ihre maximale Herzfrequenz festzustellen. Wir haben drei Herzfrequenzbereiche definiert, die Sie bei Ihrem zielgerichteten Training unterstützen.

ANFÄNGER: 50-60 % der maximalen Herzfrequenz

Sie ist ausserdem für Übergewichtige und Rekonvaleszenten geeignet sowie für diejenigen, die seit langem nicht mehr trainiert haben. Drei Trainingseinheiten pro Woche von jeweils einer halben Stunde Dauer sind angemessen. Regelmässiges Training verbessert die Leistungsfähigkeit der Atmungs- und Kreislauforgane ganz entscheidend.

FORTGESCHRITTENE: 60-70 % der maximalen Herzfrequenz

Perfekt geeignet zur Verbesserung und Erhaltung der Fitness. Damit stärken Sie Ihr Herz und Ihre Lungen mehr, als auf dem Anfängerniveau. Wir empfehlen mindestens 3 Trainingseinheiten pro Woche mit jeweils mindestens 30 Minuten. Wenn Sie Ihr Fitnessniveau noch weiter erhöhen möchten, trainieren Sie häufiger oder intensiver, aber nicht beides zugleich.

AKTIVE SPORTLER: 70-80 % der maximalen Herzfrequenz

Das Training auf diesem Niveau ist nur für durchtrainierte Sportler geeignet und setzt ein Langzeit-Ausdauertraining voraus.

BETRIEB

EINSTELLUNG DES WIDERSTANDES

Sie können den Widerstand erhöhen oder senken, indem Sie an dem Einstellknopf auf dem Frontrahmen drehen. Zum Erhöhen des Widerstandes das Einstellrad in Richtung "+", zum Reduzieren in Richtung "-" drehen. Mit der Skala des Einstellrades (1-8) kann der richtige Widerstand leicht gefunden bzw. neu eingestellt werden.

TELEMETRISCHE HERZFREQUENZMESSUNG

Das Cockpit hat einen mit Geräten von Polar kompatiblen Herzfrequenzempfänger, so dass Sie zur Herzfrequenzmessung auch nicht kodierte Messgurte von Polar verwenden können. Als zuverlässigste Art der Herzfrequenzmessung hat sich die drahtlose Herzfrequenzabnahme erwiesen, bei der die Herzschläge mit einem Elektrodengurt von der Brust abgenommen werden. Vom Gurt werden die Impulse danach über ein elektromagnetisches Feld an den Empfänger in der Elektronikanzeige übertragen.

⚠ **BITTE BEACHTEN!** Falls Sie einen Herzschrittmacher tragen, lassen Sie sich von Ihrem Arzt bestätigen, dass Sie die drahtlose Herzfrequenzmessung benutzen können.

Zur drahtlosen Herzfrequenzmessung während des Trainings die gegen die Haut kommenden Elektroden am Elektrodengurt sorgfältig mit Wasser oder Speichel anfeuchten. Befestigen Sie den Messwertgeber und stellen Sie den flexiblen Gurt oberhalb der Brust so ein, dass die Elektroden während des Trainings Kontakt zur Haut haben. Wird der Elektrodengurt über einem dünnen Hemd getragen, sind die gegen die Elektroden gerichteten Flächen ebenfalls zu befeuchten. Den Sender mit Hilfe des Gurtes fest unterhalb der Brustmuskulatur befestigen und darauf achten, dass der Gurt beim Training nicht verrutscht. Den Elektrodengurt jedoch nicht so festziehen, dass z. B. die Atmung erschwert wird. Der Sender kann den Pulswert bis zu einer Entfernung von zirka 1 m an den Empfänger übertragen.

Bei trockenen Elektroden wird kein Herzfrequenzwert angezeigt. Ggf. Elektroden wieder anfeuchten. Für eine zuverlässige Herzfrequenzmessung müssen die Elektroden auf Körpertemperatur angewärmt sein. Sind mehrere drahtlose Herzfrequenzmessgeräte gleichzeitig eingesetzt, sollten sie mindestens 1,5 m voneinander entfernt sein. Werden nur ein Herzfrequenzempfänger, aber mehrere Sender eingesetzt, darf sich nur eine Person, die einen Herzfrequenzsender trägt, während der Herzfrequenzmessung innerhalb der Reichweite des Senders befinden. Der Sender schaltet sich aus, wenn der Elektrodengurt abgenommen wird. Er kann jedoch durch Feuchtigkeit neu aktiviert werden, was die Lebensdauer der Batterie

verkürzt. Deswegen ist es wichtig, den Sender nach dem Training sorgfältig zu trocknen.
Achten Sie bei Ihrer Trainingskleidung darauf, dass bestimmte für Kleidungsstücke verwendete Fasern (z.B. Polyester, Polyamid) statische elektrische Ladungen verursachen, die ein Hindernis für eine zuverlässige Herzfrequenzmessung sein können. Beachten Sie auch, dass durch Handys, Fernsehgeräte und andere elektrische Geräte elektromagnetische Felder entstehen, die Probleme bei der Herzfrequenzmessung verursachen können.

COCKPIT

BEDIENUNGSTASTEN

1. DREHSCHALTER
Der Drehschalter funktioniert auf zweierlei Weise:
A) Drehschalter drehen (+ / -).
B) Drehschalter drücken (ENTER).
2. RESET
Nullen der Trainingswerte, Enden des Trainings und Rückkehr zur Hauptanzeige.
3. RECOVERY
Messung der Erholungsherzfrequenz.
4. START / STOP
Das Training starten und unterbrechen.
5. OFF
Versetzt das Instrument sofort in den Ruhemodus.

ANZEIGEN

1. Leistungsgeschwindigkeit (/min)
Züge pro Minute. Unter der Ablesung wird ein Pfeiler mit Geschwindigkeitsinformation gezeigt.
2. Trainingsdauer
00:00 – 99:59, Messung nach jeder Sekunde, h1:40 – h9:59 Messung nach jeder Minute
3. Herzfrequenz während des Trainings
Herz-Symbol blinkt im Takt mit der gemessenen Herzfrequenz.
4. Trainingsstrecke (km/mile)
0.00-99.99 km / miles
5. Trainingsgeschwindigkeit (kmh / mph)
00.0– 99.9 kmh / mph
6. Energieverbrauch (Kcal)
Der berechnete Gesamtenergieverbrauch während des Trainings: 0-9999 kcal
7. Uhr (Clock)
Realzeituhr
8. Thermometer (Temp C / Temp F)
Messung der Raumstemperatur (Celsius oder Fahrenheit)
9. Feuchtigkeit (Humidity %)
Messung der Raumsfeuchtigkeit, 0-100%
10. Kumulative Herzfrequenzanzeige
Falls Herzfrequenz während des Trainings gemessen wird, kann man das Profil der Herzfrequenz am Display zu formen sehen.
11. Hauptnummerdisplay
Der gewählte Wert wird in grossen Nummern in der Mitte des Cockpits angezeigt. Andere Werte werden im oberen Rad gezeigt.
12. Batterienwechsel
Das Cockpit warnt im voraus wenn die Batterien gewechselt werden sollen.

BETRIEB DES COCKPITS

Das Cockpit wird durch Drücken irgendeiner Taste gestartet. Wird das Gerät mehr als fünf Minuten nicht betriebt schaltet sich das Cockpit automatisch aus.
Die gewünschte Messungseinheit mit der Taste auf der Rückseite des Cockpits wählen. Sie können zwischen metrische (km, km/h, Celsius) oder englische (miles, mph, Fahrenheit) Messungseinheiten wählen.

UHRZEIT EINSTELLEN

Halten Sie die Taste RESET+ENTER zwei Sekunden lang gedrückt. Daraufhin startet das Instrument neu, und Sie können Uhrzeit mit Hilfe des DREHSCHALTERS einstellen.

MANUAL-TRAINING

Bei der manuellen Trainseinstellung können Sie den Widerstandsgrad während des Trainings mit dem Einstellknopf anpassen.

1. Sie können direkt mit dem Training beginnen, indem Sie die START/STOP-Taste drücken. Passen Sie den Widerstandsgrad während des Trainings mit dem Einstellknopf an.
2. Sie können mit dem Training durch Wahl der Zielwerte anfangen. Die Pfeiltaste drücken bis am Display das Wort “Manual” steht.
3. Die ENTER-Taste drücken um die Zielwerte einzustellen.
4. TIME = Trainingsdauer mit der Plus- und Minustasten einstellen. Mit der ENTER-Taste kommen Sie weiter an die nächste Einstellung.
5. DISTANCE = Trainingsstrecke mit der Plus- und Minustasten einstellen. Mit ENTER-Taste kommen Sie weiter an die nächste Einstellung.
6. KCAL = Zielwerte für Energieverbrauch mit der Plus- und Minustasten einstellen. Mit ENTER-Taste kommen Sie weiter an die nächste Einstellung.
7. PULSE = Obergrenze für Herzfrequenz mit den Plus- und Minustasten einstellen: das Cockpit zeigt ein Herz und einen “Pfeil oben” an. Durch Drücken der ENTER –Taste können Sie die Untergrenze für Herzfrequenz mit der Plus- und Minustasten einstellen: das Display zeigt jetzt ein Herz und einen “Pfeil unten” an. Wenn der Herzfrequenzwert die Obergrenze überschreitet, blinkt der betroffene Pfeil an dem Display. Rückkehr zur Einstellung der Trainingsdauer (= TIME) geschieht durch Drücken der ENTER-Taste.

8. Sie können mit dem Training durch Drücken der START/STOP –Taste anfangen. Starten Sie zu rudern und beim Bedarf den Widerstand während des Trainings justieren.
9. Sie können das Training durch Drücken der START/STOP –Taste unterbrechen (das Display zeigt “Over” an. Die Programminformation wird fünf Minuten lang gespeichert. Kehren Sie zurück zum Training während dieser Zeit brauchen Sie nur die START/STOP –Taste aufs neue zu drücken.
10. Während der Pause können Sie das Training durch Drücken der RESET-Taste enden.
11. Wenn Sie sich ein Zielwert eingestellt haben, gibt das Cockpit ein Signallaut und das gezeigte Wert beginnt zu blinken, welches bedeutet dass Sie das Ziel erreicht haben. Die Anzeige mit der START/STOP –Taste nullen und danach noch die RESET-Taste drücken.

RECOVERY – MESSUNG DER ERHOLUNGS - HERZFREQUENZ
Messen Sie Ihre Erholungsherzfrequenz nach dem Training.

1. Die Messung der Erholungsherzfrequenz wird durch Drücken die “RECOVERY”-Taste gestartet. Auch das Display zeigt “Recovery” an.
2. Die Messung startet automatisch und dauert zwei Minuten.
3. Nach dem Ende der Messung zeigt das Display die Erholungsbeziehung als ein Prozentzahl. Je kleiner dieser Zahl ist, desto besser ist Ihre Kondition! Beachten Sie, dass Ihre Ergebnisse in Beziehung mit dem Pulsniveau vom Messungsanfang steht, und dass Ihre Ergebnisse immer persönliche Ergebnisse sind, die nicht mit Ergebnissen anderer Menschen direkt vergleichbar sind. Zur Verbesserung der Zuverlässigkeit der Messung sollten Sie stets versuchen, den Messvorgang möglichst genau zu standardisieren; beginnen Sie die Messung möglichst genau auf dem gleichen Herzfrequenzniveau.
4. Der Rückkehr zum Hauptdisplay geschieht durch Drücken der RESET-Taste. Das Hauptdisplay stellt auch automatisch auf die Normalanzeige nach einem Minut um.

WARTUNG

• Die R25 ist weitgehend wartungsfrei. Dennoch sind von Zeit zu Zeit Schrauben und Muttern auf festen Sitz zu überprüfen.
• Das Gerät mit einem feuchten Tuch von Staub und Schmutz befreien. Keine Lösungsmittel verwenden.
• Die Schutzabdeckungen des Gerätes nie abnehmen.
• Reinigen Sie, falls erforderlich, die Innenseiten der Schiene, sodass sich der Sattel so leicht und leise wie möglich bewegt.

BATTERIEWECHSEL
Das Cockpit zeigt ein Warnungssignal, bevor die Batterien gewechselt werden sollen. Nehmen Sie die Abdeckung des Batteriefachs auf der Rückseite des Messgeräts ab und entfernen Sie die alten Batterien. Legen Sie neue Batterien ein (beachten Sie die Richtung der Batterien) und setzen Sie die Abdeckung wieder auf.

BETRIEBS-STÖRUNGEN

⚠ **BITTE BEACHTEN!** Trotz kontinuierlicher Qualitätsüberwachung können vereinzelt an den Geräten durch einzelne Komponenten verursachte Funktionsstörungen auftreten. Dabei ist es nicht angebracht, das ganze Gerät zur Reparatur zu bringen, da der Fehler meistens durch Austauschen der defekten Komponente behoben werden kann.

Wenn das Gerät während des Gebrauchs nicht einwandfrei funktioniert, wenden Sie sich bitte umgehend an die für Sie zuständige Tunturi-Alleinvertretung. Beschreiben Sie das Problem, die Einsatzbedingungen und teilen Sie das Kaufdatum und die Typenbezeichnung und die Seriennummer Ihres Gerätes mit.

Wenden Sie sich an Ihre nationale Tunturi-Vertretung, wenn Sie Ersatzteile benötigen. Beschreiben Sie die Einsatzbedingungen und teilen Sie das Kaufdatum und die Seriennummer des Gerätes mit. Die Ersatzteilnummern finden Sie in der Liste am Ende dieser Anweisung. Nur Teile in der Ersatzteilliste dürfen verwendet werden.

TRANSPORT UND AUFBEWAHRUNG

Die Transportanweisungen beachten. Wird das Gerät falsch angehoben bzw. transportiert, kann dies den Rücken belasten oder zu Gefahrensituationen führen.

Das Gerät wie folgt transportieren: stellen Sie sich hinter das Gerät. Mit der einen Hand den Sitz und mit der anderen die Profilschiene umgreifen. Das Gerät auf die Transportrollen am vorderen Ende anheben und an den gewünschten Platz schieben.
Das Gerät nur mit äusserster Vorsicht über eine Schwelle oder andere unebene Flächen transportieren. Das Gerät darf nicht auf den Transportrollen über eine Treppe geschoben werden - es muss unbedingt getragen werden. Ein Verschieben des Gerätes kann manche Fussbodenmaterialien beschädigen, z.B. Holzparkettböden. In diesem Fall müssen Sie den Boden vorher schützen.

Um Funktionsstörungen zu vermeiden, das Gerät in einem möglichst trockenen Raum mit gleichbleibender Temperatur vor Staub geschützt aufbewahren und benutzen.

Um das Widerstandsmechanismus nicht unnötig zu belasten, empfehlen wir, dass das Einstellrad nach jederm Training auf die Position 1 gestellt wird.

TECHNISCHE DATEN

Länge	201 (94) cm
Breite	53 (53) cm
Höhe	65 (124) cm
Gewicht	31,6 kg

Die R25 erfüllt die EN-Präzisions- und Sicherheitsstandards (EN-957).
Aufgrund unserer kontinuierlichen Produktentwicklung behält sich Tunturi das Recht vor, Spezifikationen ohne vorherige Ankündigung zu verändern.

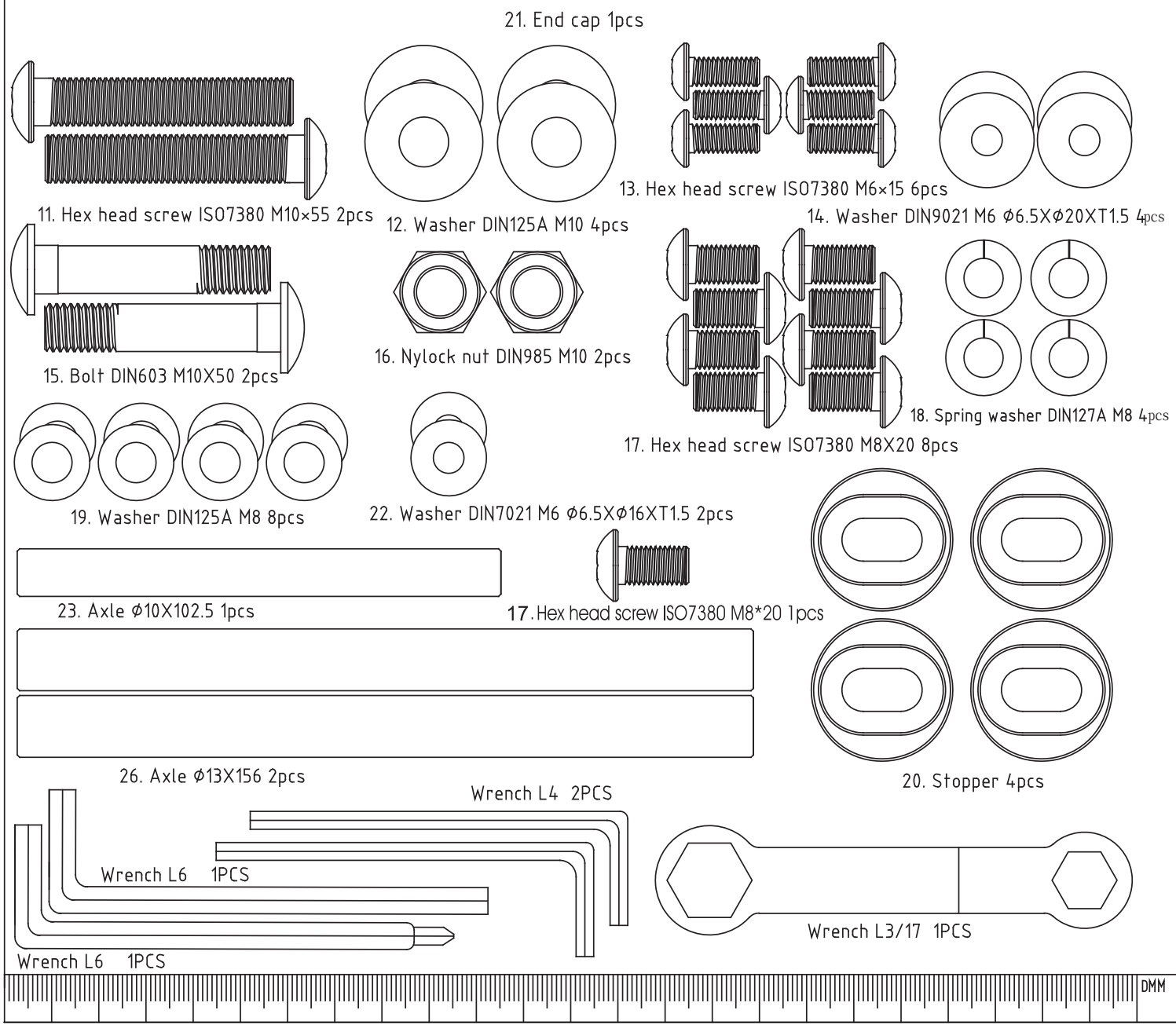
⚠ **BITTE BEACHTEN!**: Die Hinweise bezüglich der Montage, der Benutzung und der Wartung Ihres Geräts müssen sorgfältig beachtet werden. Die Garantie schliesst keine Beschädigungen ein, die auf Fahrlässigkeit bei der Montage, Einstellung und Wartung, wie sie in diesem Handbuch beschrieben wurden, zurückzuführen sind. Werden Modifizierungen ohne das Einverständnis der Tunturi vorgenommen, erlischt jeglicher Garantieanspruch!

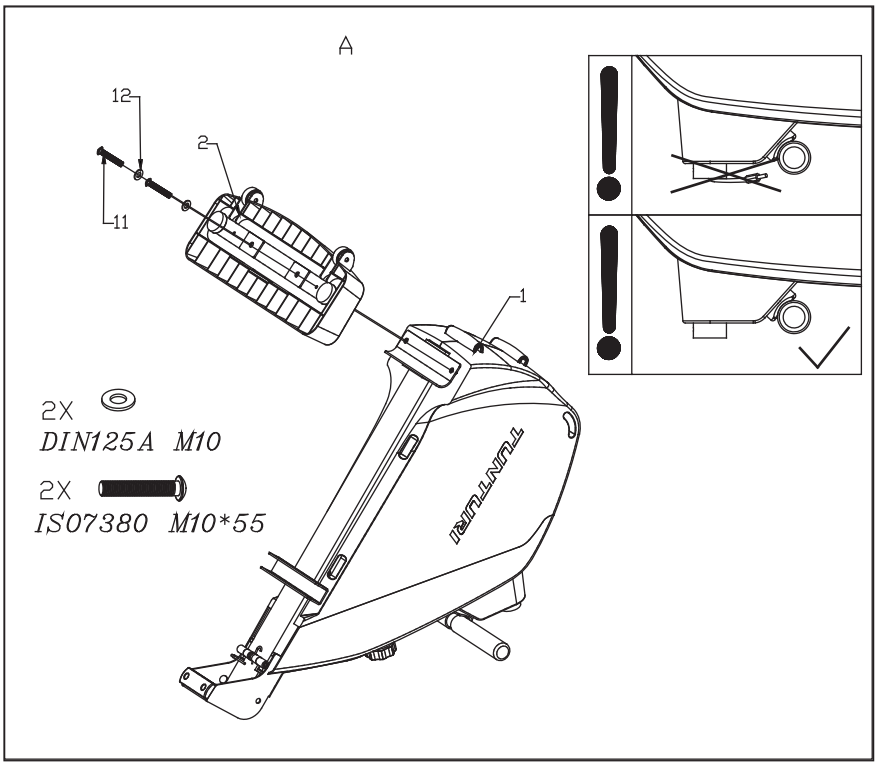
WIR WÜNSCHEN IHNEN VIELE ANGENEHME TRAININGSSTUNDEN MIT IHREM NEUEN TUNTURI TRAININGSPARTNER!

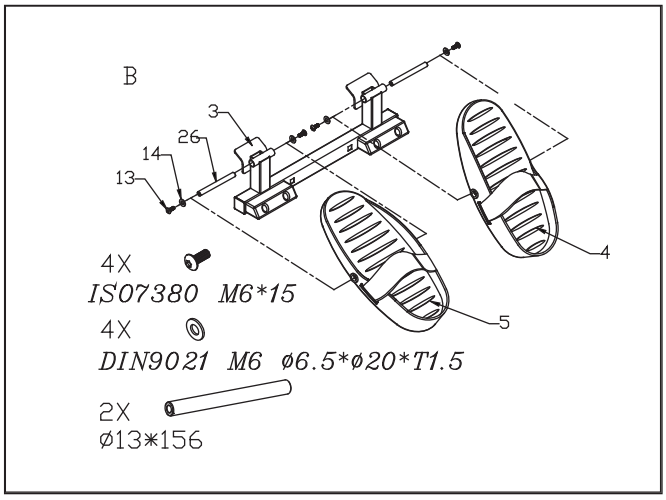
R25

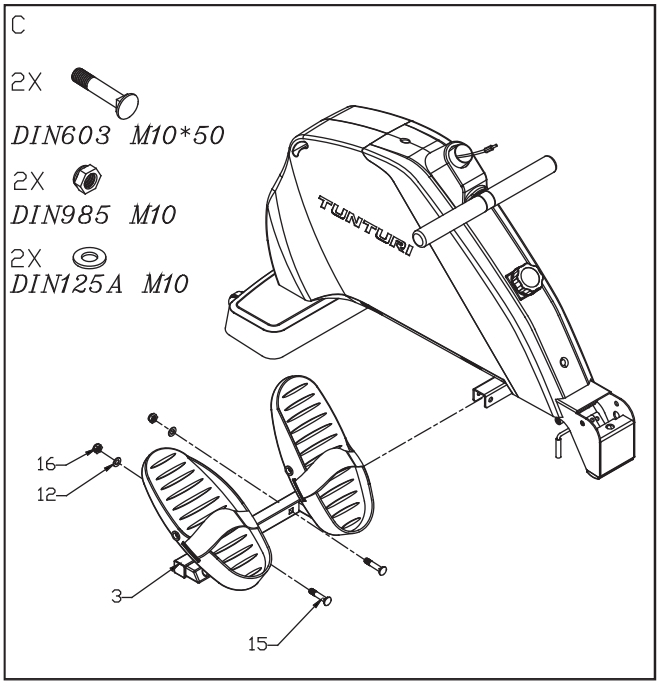
TUNTURI

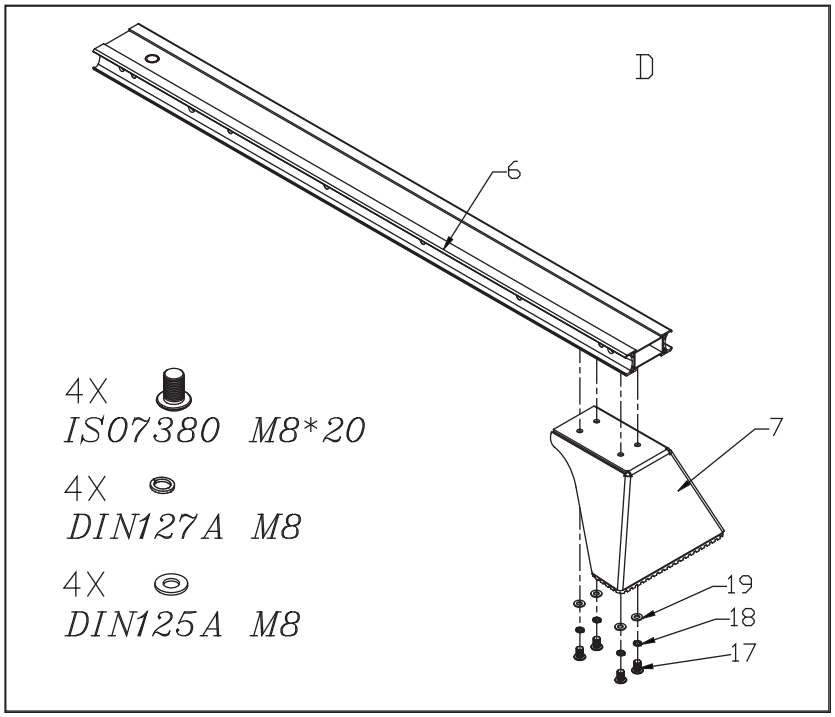
ITEM CODE
553 1036

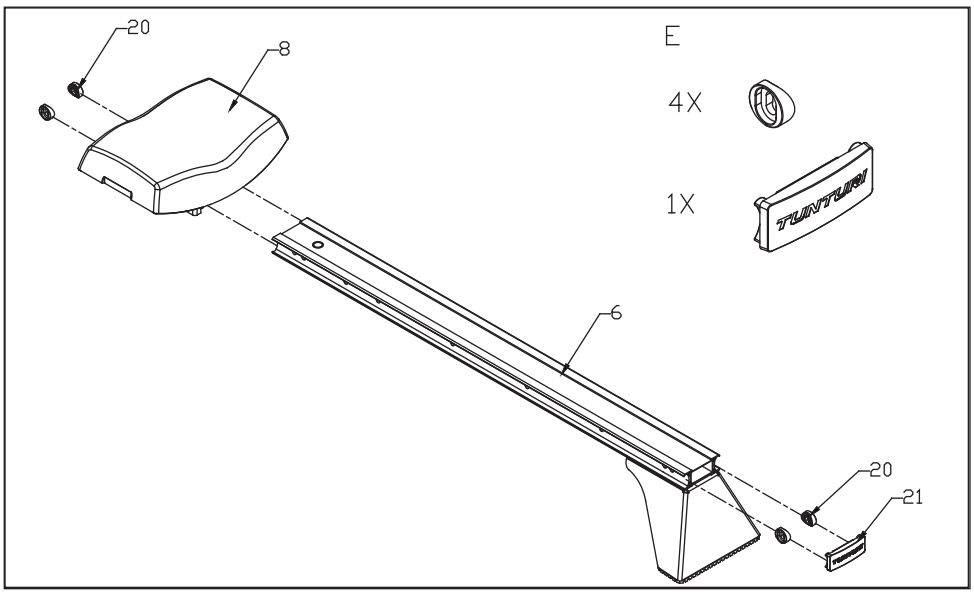

21. End cap 1pcs
11. Hex head screw ISO7380 M10×55 2pcs
12. Washer DIN125A M10 4pcs
13. Hex head screw ISO7380 M6×15 6pcs
14. Washer DIN9021 M6 ϕ6.5XϕXT1.5 4pcs
15. Bolt DIN603 M10X50 2pcs
16. Nylock nut DIN985 M10 2pcs
17. Hex head screw ISO7380 M8X20 8pcs
18. Spring washer DIN127A M8 4pcs
19. Washer DIN125A M8 8pcs
22. Washer DIN7021 M6 ϕ6.5XϕXT1.5 2pcs
23. Axle ϕ10X102.5 1pcs
17. Hex head screw ISO7380 M8*20 1pcs
26. Axle ϕ13X156 2pcs
20. Stopper 4pcs
Wrench L4 2PCS
Wrench L6 1PCS
Wrench L6 1PCS
Wrench L3/17 1PCS
DMM

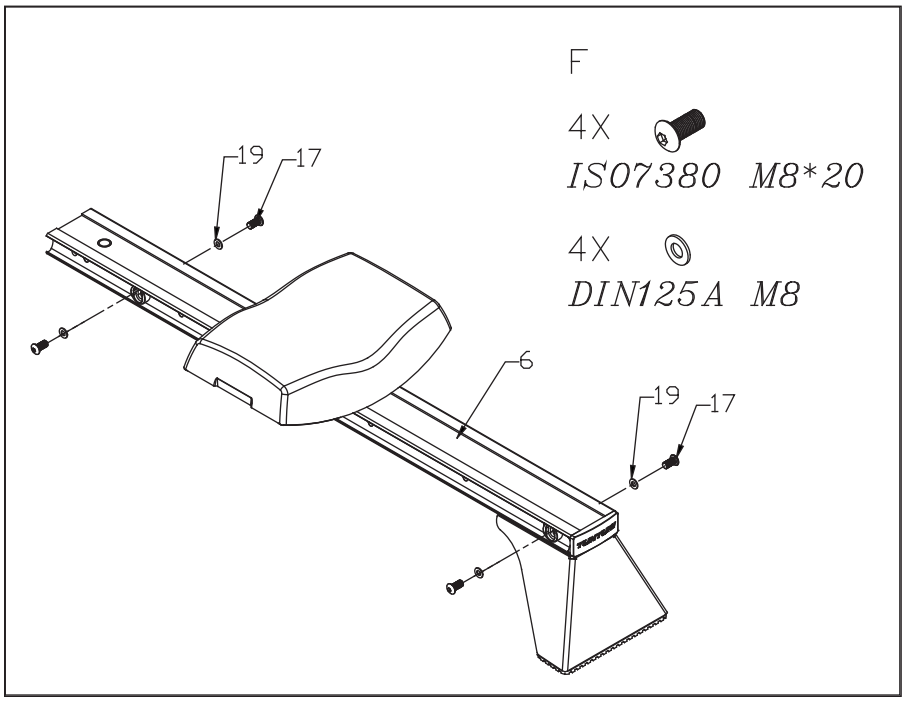

A
12
2
11
1
2X
DIN125A M10
2X
IS07380 M10*55
TUNTURI

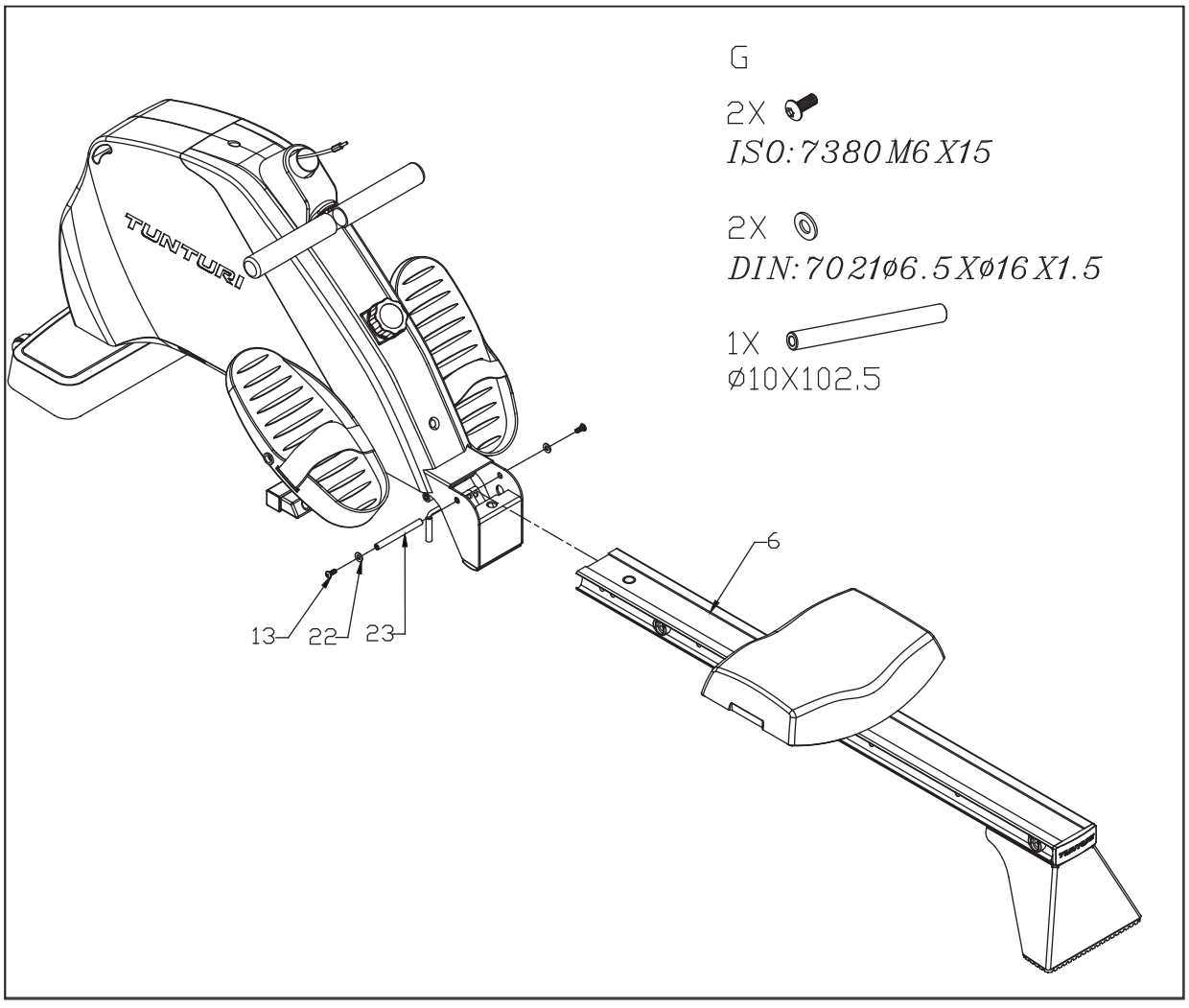

B
3
26
14
13
4
5
4X
IS07380 M6*15
4X
DIN9021 M6 ø6.5*ø20*T1.5
2X
ø13*156

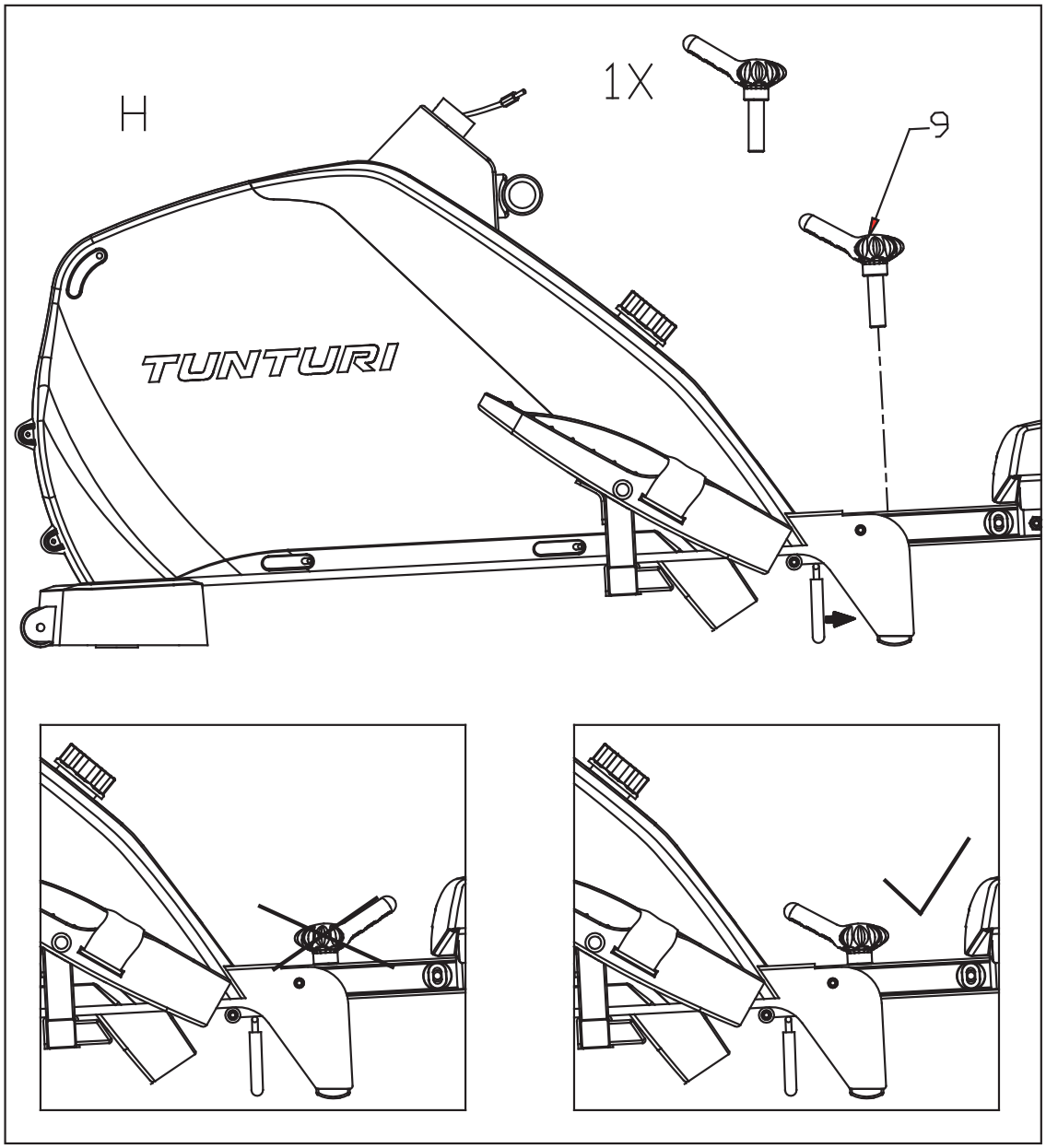

C
2X
DIN603 M10*50
2X
DIN985 M10
2X
DIN125A M10
TUNTURI
16
12
3
15

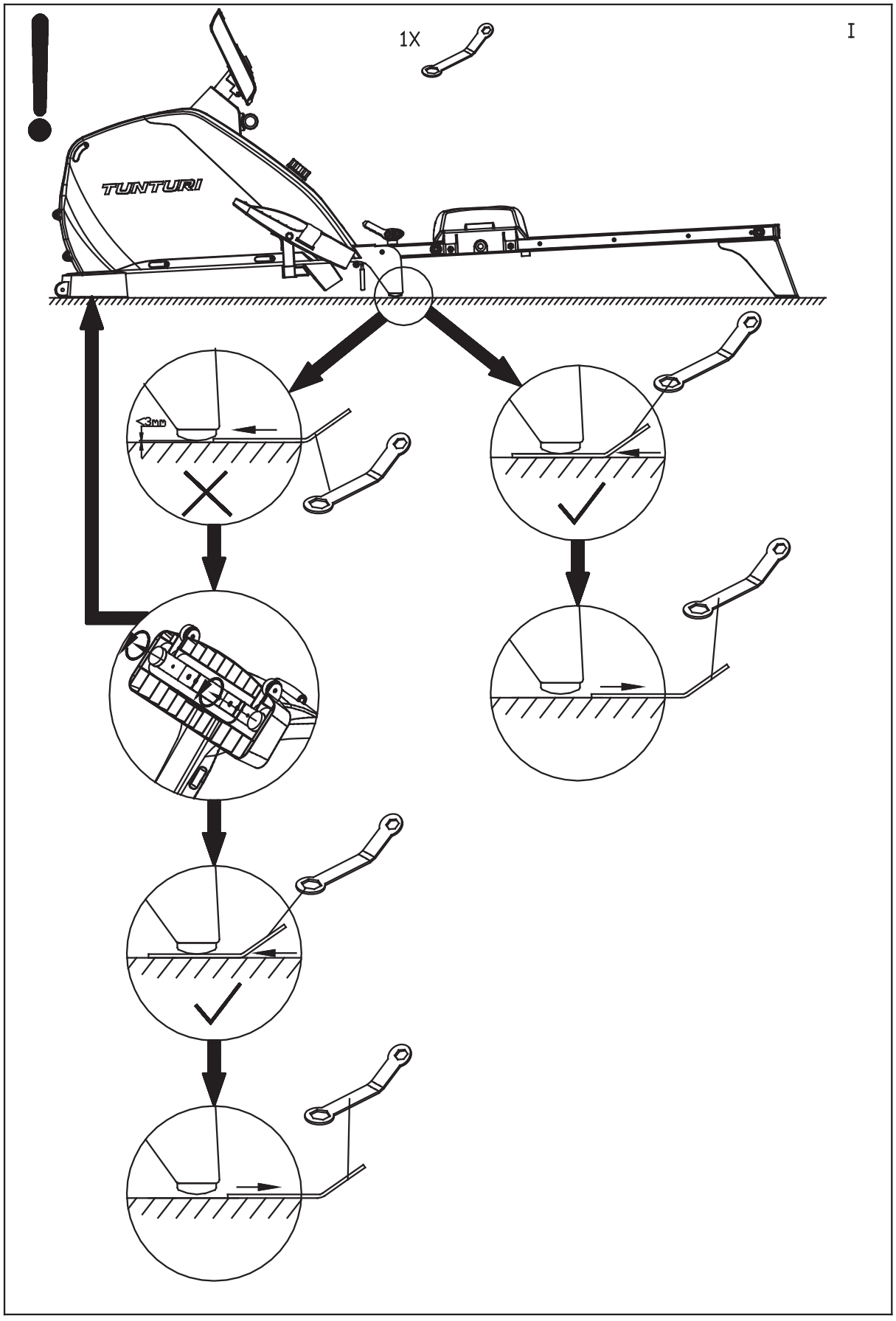

D
6
4X
IS07380 M8*20
4X
DIN127A M8
4X
DIN125A M8
7
19
18
17

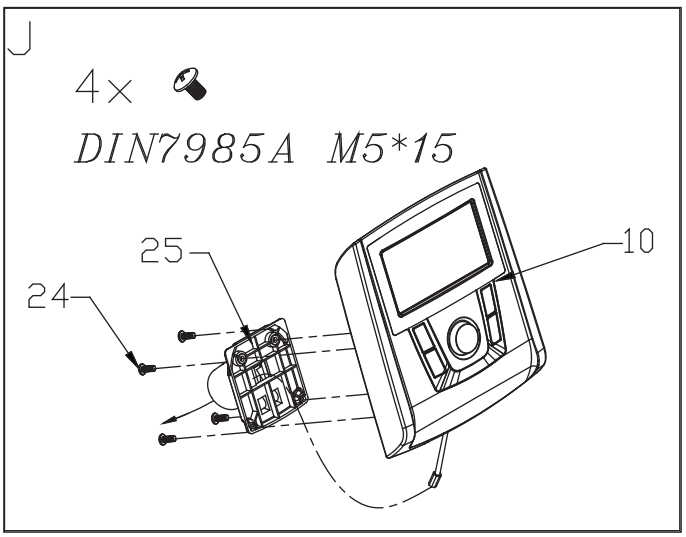

E
20
8
4X
1X
TUNTURI
6
20
21

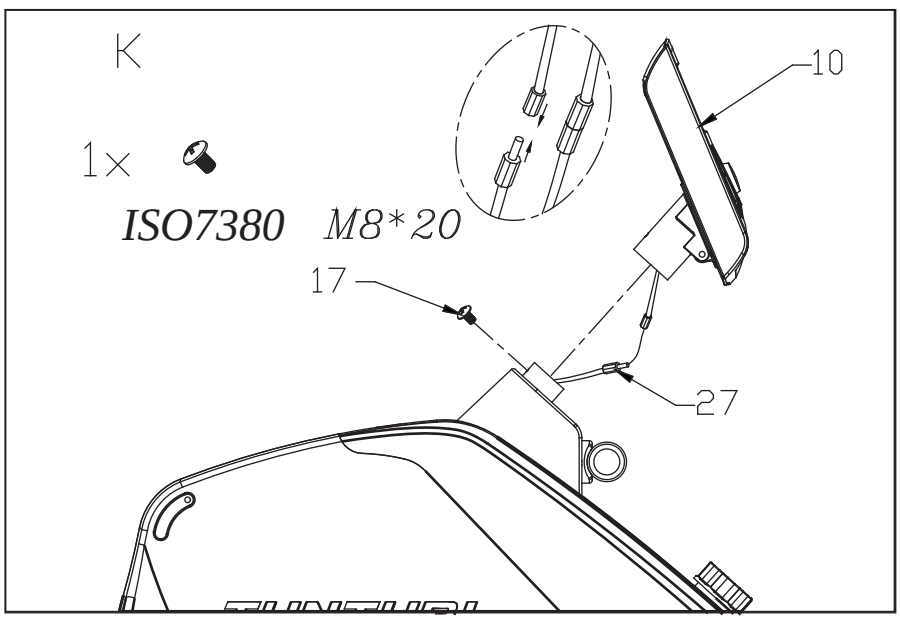

F
4X
IS07380 M8*20
4X
DIN125A M8
19
17
6
19
17

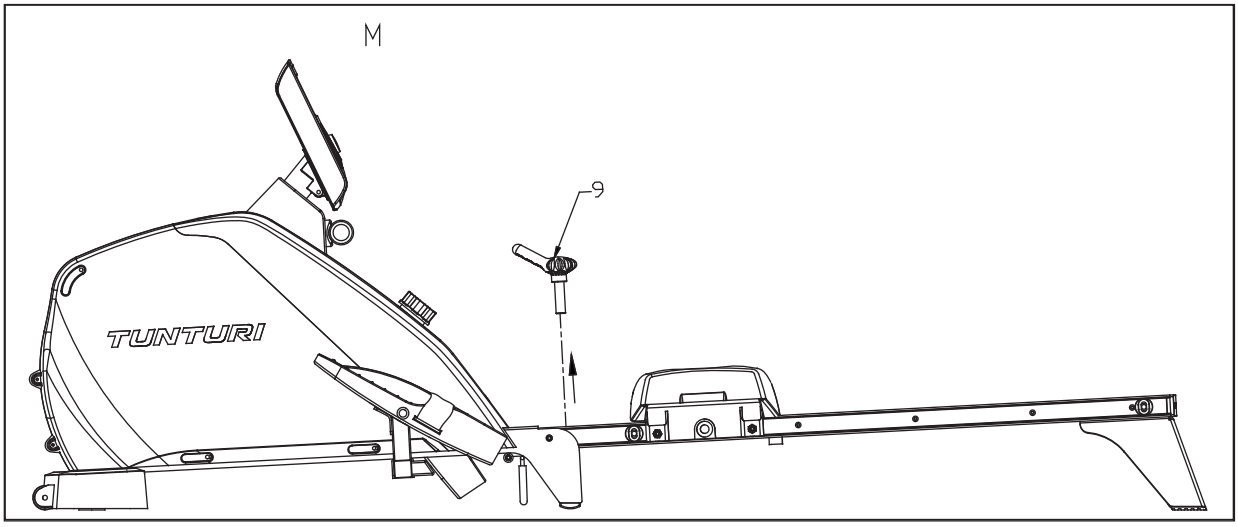

G
2X
IS0:7380M6X15
2X
DIN:7021ø6.5Xø16X1.5
1X
ø10X102.5
TUNTURI
6
13
22
23

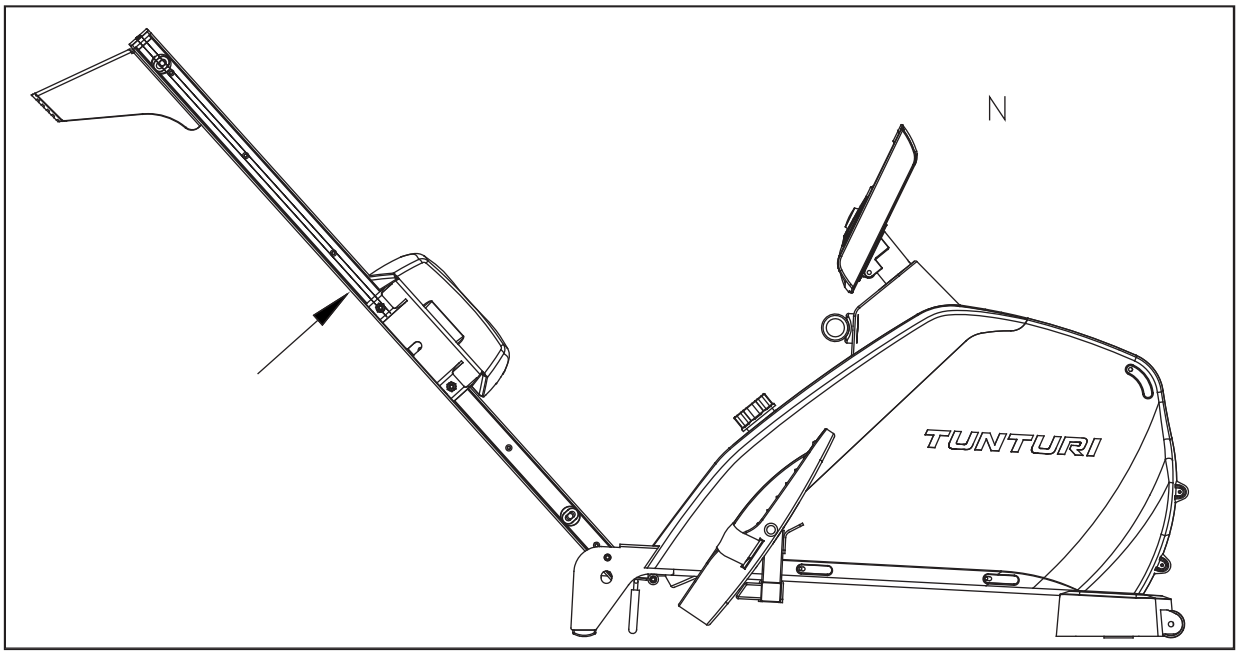

H
1X
9
TUNTURI

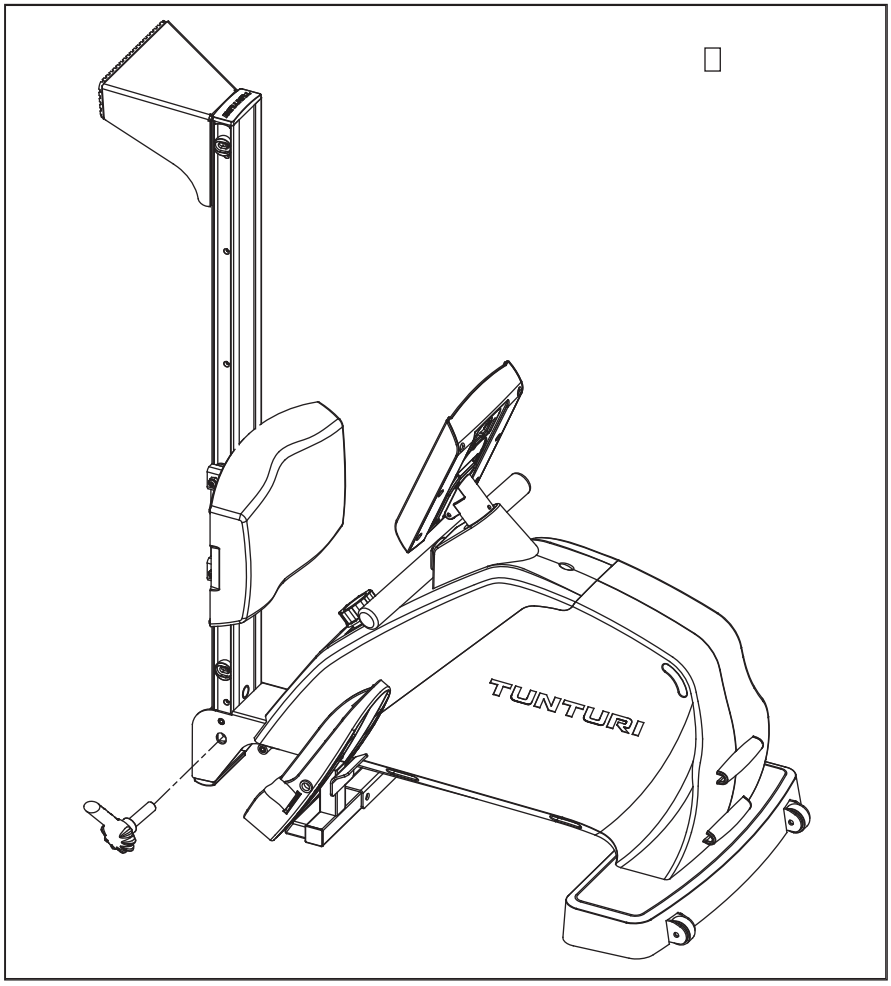

1X
I
TUNTURI
3MM

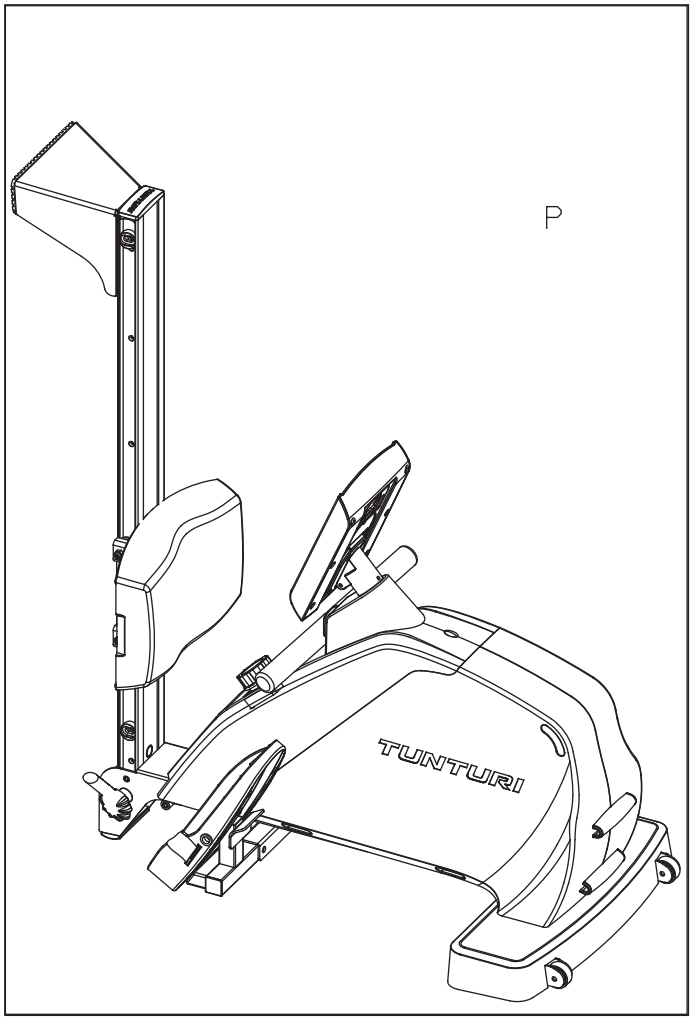

J
4×
DIN7985A M5*15
25
24
10

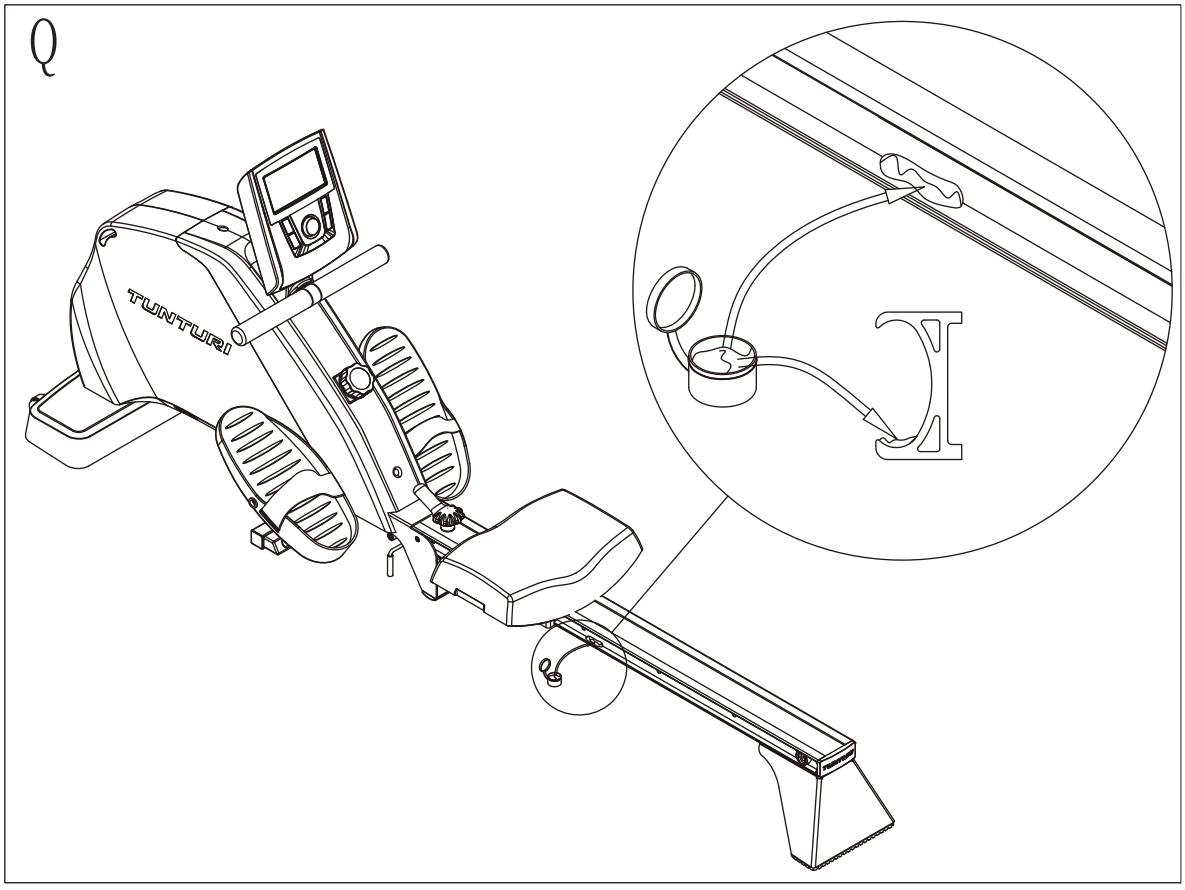

K
1×
ISO7380 M8*20
10
17
27

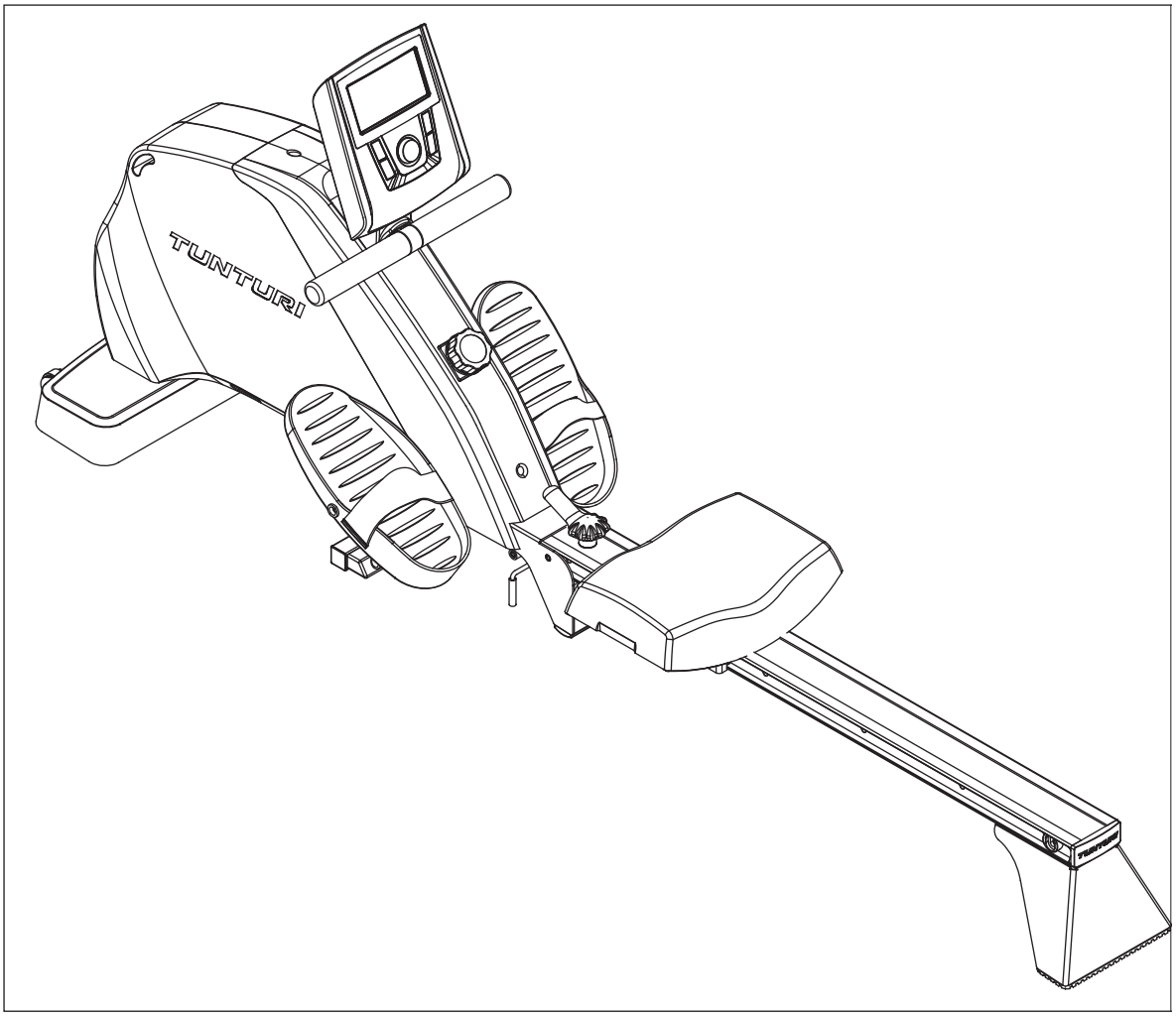

M
9
TUNTURI


N
TUNTURI


TUNTURI

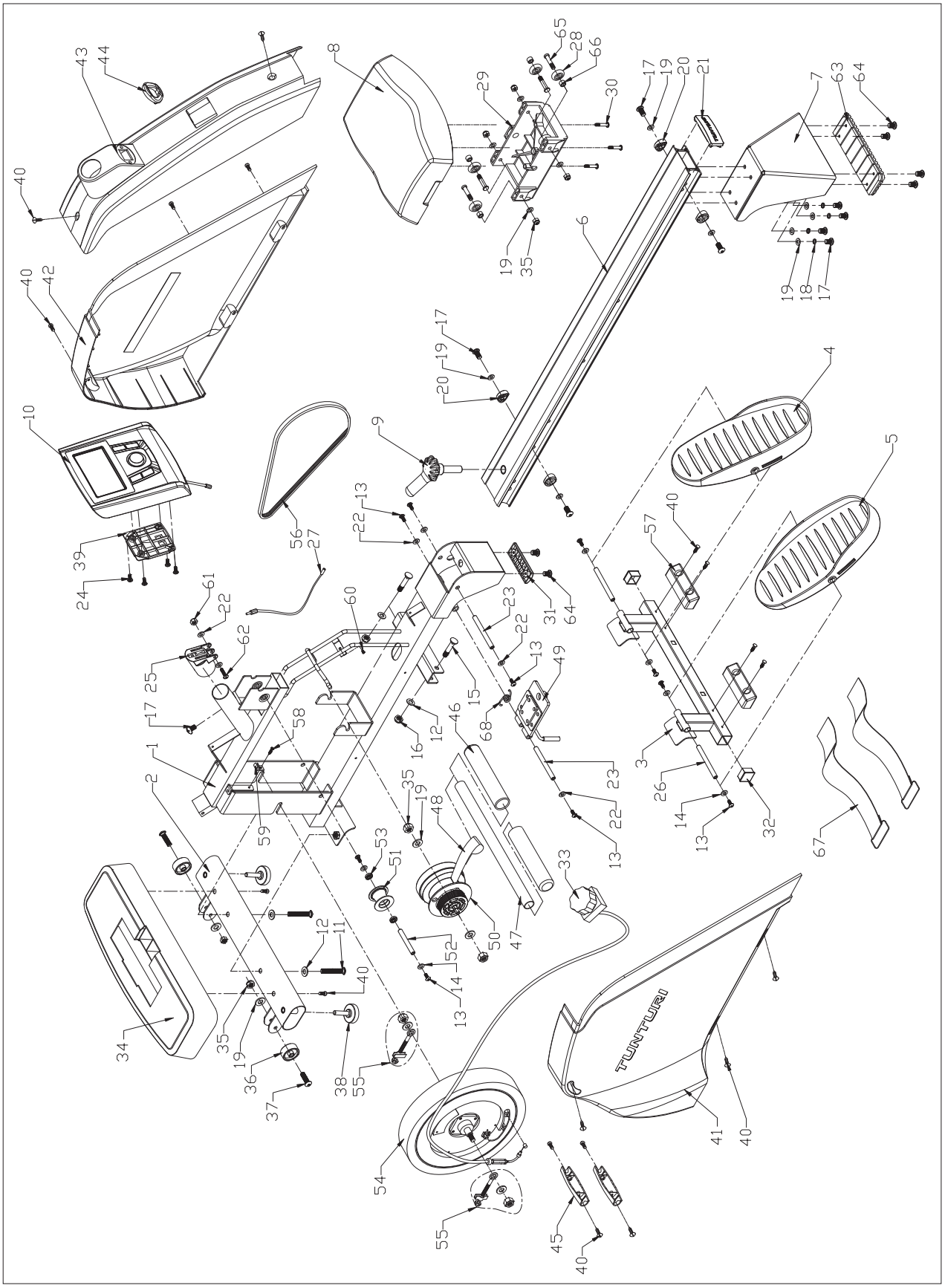

TUNTURI


Q
TUNTURI


TUNTURI

R25 EXPLODED VIEW

09TUR25X00



PARTS LIST

1	Frame		1
2	Front foot		1
3	Pedal support		1
4	Right pedal		1
5	Left pedal		1
6	Rail tube		1
7	Rear foot assembly	(incl. part 63,64)	1
8	Seat		1
9	Locking Knob		1
10	User Interface	(incl. part 24)	1
11	ISO7380 M10*55	Hex head screw	2
12	DIN 125A M10	Washer	4
13	ISO 7380 M6*15	Hex head screw	10
14	DIN9021 M6 6.5*20*T1.5	Washer	6
15	DIN603 M10*50	Bolt	2
16	DIN985 M10	Nylock nut	2
17	ISO7380 M8*20	Hex head screw	9
18	DIN127A M8	Spring washer	4
19	DIN125A M8 8.5*16*T1.5	Washer	16
20	Stopper		4
21	End cap		1
22	DIN7021 M6 6.5*16*T1.5	Washer	6
23	Axle		2
24	DIN7985A M5*15	Screw	4
25	UI Bracket	(incl. part 22,39,61,62)	1
26	Axle		2
27	Sensor + wire		1
28	Seat Roller	(incl. part 65,66)	4
29	Seat frame		1
30	DIN7985A M6*35	Bolt	3
31	Middle rubber foot		1
32	End cap		2
33	Tension Controller		1
34	Front foot cover		1
35	DIN985 M8	Nylock nut	8
36	Transport wheel		2
37	ISO7380 M8*35	Hex head screw	2
38	Height adjustment screw		2
39	User Interface plate	(incl. part 25)	1
40	DIN7981C 5*15	Screw	18
41	Side cover	(Left)	1
42	Side cover	(Right)	1
43	Top cover		1
44	Handlebar stopper		1
45	Screw cover		2
46	Handle bar grip		2
47	Handlebar		1
48	Rope		1
49	Locking Plate		1
50	Spring assy		1
51	Rope pulley	(incl. part 53)	1
52	Axle		4
53	6000 Z	Bearing	2
54	Flywheel		1
55	Flywheel adjuster		2
56	Belt		1
57	Pedal Stopper		2
58	DIN7981C 5*10	Screw	1
59	Sensor bracket		1
60	DIN7985A M5*25	Bolt	1
61	DIN985 M6	Nyloc nut	1
62	DIN7985A M6*48	Bolt	1
63	Rear rubber foot		1
64	DIN7985A M5*10	Bolt	6
65	Axle		4
66	Bushing		4
67	Foot Strap		2
68	Spring		1
-	Front foot assy	(incl. part 2,11,12,19,34-38,40)	1
-	Seat assy	(incl. part 8,19,28-30,65,66)	1
-	Hardware kit		1
-	Owner's manual		1
-	Warranty booklet		1
-	Label set		1